

食事や散策時間は
気ままにフリータイム!
オンシーズンの春の京都に
手頃な価格でのご案内です

桜や春の花に染まる古都の名刹・里山を歩く 愛宕山登山と京都一周トレイル (西山コース)を歩く 4日間



日程 2024年3月25日(月)~3月28日(木)

旅行代金 お一人様 **139,000円** (新千歳発着)
99,000円 (現地/京都発着)

- 最少催行人数/4名(最大10名) ●新千歳空港より全行程ツアーリーダー同行
 - 歩行レベル/★★ ●食事/朝3・昼0・夕0 ●利用航空会社/日本航空、全日空など
 - 宿泊/HOTEL CUORE 京都四条大宮、京都糸屋ホテル または同等クラス
- 2~4名様1室 ※お一人部屋希望の設定はありません。どうしてもご希望の方はお問い合わせ下さい

暫定行程表

	月日	地名	行程	食事
1	3/25 (月)	新千歳 関西 京都	新千歳空港 7:30~8:50 発→関西(伊丹空港または関西空港)10:00~11:00 着 空港連絡バスで京都へ。現地発着の方と合流します。 ホテルに荷物を預けた後はフリータイム。 京都は桜のシーズンです。春の特別公開の寺社仏閣やイベント多数。ご自由に散策をお楽しみ下さい。 夕方(17:00頃)、チェックインのため一度ホテルにご集合いただきます。 その後、フリータイム。ライトアップされたお寺の夜間拝観もおおすすめです。 ※観光場所については、ご希望があればツアーリーダーがアドバイスします。 ※昼食・夕食は各自になります。ご希望があればツアーリーダーがご案内します。 ※翌日の行動食・昼食はこの日のうちにご用意下さい。駅やホテル近くにコンビニがあります。 【京都市内ホテル・泊】	— — —
2	3/26 (火)	愛宕山	●愛宕山登山/歩程:5~6時間 ※愛宕山の桜は開花前です ホテルで朝食後、8:00頃出発。市電・バスを利用して愛宕山の清滝登山口へ。 周回コースをめぐる。 清滝登山口...愛宕神社(全国の愛宕神社の総本宮)...愛宕山(924m)...月輪寺コ ース...清滝登山口 (16:00頃予定)=京都市内・ホテル 下山後~ホテル着までご自由な所で解散okです。解散後はフリータイム。 夕食がたら夜間特別拝観の寺社を訪ねるのも良いでしょう。 ※夕食は各自になります。ご希望があればツアーリーダーがご案内します。 ※翌日の昼食・行動食はこの日のうちにご用意下さい。 【京都市内ホテル・泊】	朝 — —
3	3/27 (水)	京都一周 トレイル 西山 コース	●京都一周トレイル・西山コース/歩程:約12km・約5時間(寺院拝観時間を除く) ホテルで朝食後、8:00頃出発。バスにて清滝の金鈴橋へ(所要約1時間)。 金鈴橋...六丁峠...愛宕念仏寺...化野念仏寺...二尊院...常寂光寺...渡月 橋...松尾山(276m)...苔寺...上桂駅(16:00~16:30頃)=京都市内・ホテル ※終了後~ホテル着までご自由なところで解散okです。解散後はフリータイム。 ※夕食は各自になります。ご希望があればツアーリーダーがご案内します。 【京都市内ホテル・泊】	朝 — —
4	3/28 (木)	京都 関西 新千歳	朝食後、出発までフリータイム。現地解散の方は朝食後に随時解散となります。 オプションとして、東山コースの一部をご案内予定(フライト時間に合わせ、可能な時間内の行程)。ご希望の方はご参加下さい(交通費などは各自払い)。 京都駅より空港連絡バスで伊丹または関西空港へ。 関西(伊丹空港または関西空港)16:00~19:00 発→新千歳 18:10~21:00 着	朝 — —

- ※交通/→ 航空機 =バスや専用車 ...徒歩にて登山・トレッキング
- ※歩程は休憩時間を除いた実質歩行時間の目安です。当日の天候、道の状況、歩くペースなどにより前後します。
- ※天候や時間により一部コースを割愛、またはショートコースに変更する場合があります。
- ※登山・トレッキング中の昼食、行動食、行動水は各自となります。飲み物はコース途中、集落や寺社、車道、バス停などを通過するので自動販売機や売店で購入可能ですが、食べ物はなるべく前日にご用意下さい。
- ※3日目、トレイル途中にある寺社を拝観する場合、拝観料は各自払いになります。時間によっては立ち寄れないこともあります。また、南からスタートとなる場合も有りますので、あらかじめご了承ください。
- ※体調不良、疲労などによりトレイル途中からのエスケープは、車道やバス停を通過する地点にて可能です。その場合に生じる交通費はご自身のご負担となりますので、あらかじめご了承ください。

愛宕山と京都一周トレイルを歩く 持ち物リスト

	品名	数量	チェック	備考
1	トレッキング用シューズ	1組	○	靴底のしっかりしたもの。防水性の良いゴアテックスや皮革製の軽登山靴など。履き慣れたものを使用して下さい。
2	タウンシューズ	1組	△	観光や移動時に。運動靴やスニーカーなど。
3	旅行かばん(中～大)	1個	○	飛行機や宿に預ける荷物入れ用。バッグやスーツケースでも良い。
4	トレッキング用ザック	1個	○	トレッキング時に背負うザック。目安は容量 20～35ℓ程度の日帰り用。機内持ち込み兼用にしても良いでしょう。
5	雨具(上下)	1着	○	しっかりとしたゴアテックス製の上下セパレート型が良いです。防寒・防風着としても活用します。
6	防寒着・上着	1着	○	3月下旬の京都は温暖で過ごしやすいですが、朝夕や山頂～山間部では天候により肌寒くなります。夜間拝観も冷えますので、軽く速乾性のある薄手フリースジャケット、ウインドブレーカー等をご用意下さい。
7	衣類(着替え)	適数	○	長袖シャツ、スラックス、下着、靴下、着替えなど。
8	日除け帽子	1個	○	好天時、強い日差しを遮るため、つばのある帽子が良いでしょう。
9	サングラス	1個	○	好天時、強い紫外線から、目を保護するために必携と言えます。
10	手袋	適数	○	防寒用、日焼け防止用、保護用などに。薄手をお持ち下さい。軍手はあまりお勧めできません。
11	ヘッドライト	1個	○	万一、薄暗くなってからの下山やトラブルがあった場合に備えて、必ずお持ち下さい。登山やトレッキングでは必携です。予備電池も。
12	水筒(△テルモス)	1個	○	容量 500ml ℓ～1ℓ程度。ペットボトル可。温かい飲み物が必要な方はテルモスもお持ち下さい。お湯はホテルでいただけます。
13	健康保険証 旅行保険証書	1枚	○	旅行中の病気・怪我・事故に備えて健康保険証は必ずお持ち下さい。旅行保険に加入の方は証書もお忘れなく。
14	洗面用具	適数	○	寝衣、タオル、バスタオル、歯ブラシ、シャンプー類は宿泊施設に部屋のアメニティとして付いています。
15	筆記用具	適数	○	メモ帳やボールペンなど。
16	財布・クレジットカード	適数	○	クレジットカードは便利です。保管に気をつけましょう。
17	携帯電話	1個	○	緊急の連絡時にお持ち下さい。
18	スパッツ	1組	△	雨天時、雨天後のぬかるみ対策用としてあると便利でしょう。
19	虫除け・かゆみ止め	適数	△	気温が上がれば山間部や森、寺の庭園など、湿気の有る場所に蚊などが発生します。
20	折りたたみ傘	1本	△	市内観光・散策中の雨に必携。トレッキング中も、平坦な車道や林道ではさして歩いていただいても結構です。ただし、山中や峠道での使用はお控え下さい。
21	日焼け止め・リップクリーム	適数	△	好天時、強い紫外線と乾燥から肌や唇を守るために。
22	ストック(杖)	1組	△	長丁場のトレッキングですので、普段、山歩きに使用している方はお持ち下さい。ダブルの方が良いですが、使い慣れない方は1本でもok。伸縮式が便利です。
23	医薬品・マスクなど	適数	△	持病の特別な薬など各自をご用意下さい。歩行中のマスクについては、各自でご判断下さい。
24	ザックカバー	1枚	△	ザックの防水用レインカバー。歩行中の急な降雨に備えて。
25	カメラ・ビデオ	適数	△	予備電池、充電装置も忘れずに。
26	嗜好品・おやつ類	適数	△	京都市内のスーパーやコンビニなど購入可能ですが、普段愛用している行動食などあれば事前にご用意下さい。

※上記のリストはあくまで参考として御利用下さい。○:必要なもの △:あると便利なもの